



États-Unis

Parcs de l'Ouest, Nouveau-Mexique et Palm Springs NOUVEAU

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide.
 Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

Valable pour les départs du 14/04/2025 au 20/10/2025 inclus

Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 49

Rythme : 4/5 Histoire & culture : 3/5 Nature : 4/5 Enfants à partir de 5 ans



Ce programme marie la découverte des grands parcs de l'Ouest américain à une boucle plus au sud dans l'État du Nouveau-Mexique, berceau de la culture amérindienne. Vous pourrez découvrir Mesa Verde, le Canyon de Chelly et le Pueblo de Taos, qui portent les traces des premières nations indiennes. Santa Fé, quant à elle, est connue pour sa vieille ville historique et ses bâtiments coloniaux espagnols bien préservés. Un circuit tout en contrastes dans des décors de Far West avec la visite inédite de la très chic ville de Palm Springs, lieu de villégiature du gotha californien.

Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- Palm Springs, une oasis chic en plein désert.
- La vue époustouflante sur Palm Springs et la vallée de Coachella, depuis le téléphérique à 2 800 m d'altitude !
- Le canyon de Chelly et l'histoire des Indiens Navajo.
- Santa Fé, son architecture coloniale espagnole et son atmosphère artistique.
- Le Taos Pueblo, un site classé à l'UNESCO, ancien village amérindien encore habité.
- Le site archéologique de Mesa Verde, abritant les ruines des Amérindiens Anasazis.
- Les parcs de Grand Canyon, Arches, Capitol Reef, Bryce Canyon et Monument Valley.
- Les grandes villes de Los Angeles, San Diego, Santa Fe, Las Vegas et San Francisco.



Jour 1 : Paris – Los Angeles

Envol à destination de Los Angeles.
Transfert à l'hôtel dans le sud de Los Angeles.
Dîner libre.



Jour 2 : Los Angeles – Hollywood boulevard – Beverly Hills – La Jolla, station balnéaire – San Diego (200 km / environ 3h)

Le matin, visite guidée panoramique de Los Angeles : The Music Center, El Pueblo, **Hollywood Boulevard**, Mann's Chinese Theater et ses empreintes de vedettes... Hollywood Boulevard honore les gens qui ont marqué le cinéma, la musique et la scène avec une étoile à leur nom incrustée dans le trottoir. **Beverly Hills**, quartier de luxe par excellence, est quant à lui habité par de nombreuses stars du cinéma depuis 1920.

Déjeuner au Farmers Market.

L'après-midi, route vers San Diego. Arrêt à **La Jolla, station balnéaire de sable blanc** paisible et pittoresque, également connue pour la plongée, mais aussi à Pacific Beach, paradis des surfeurs. Arrivée à **San Diego**, la seconde ville de Californie. Située sur la côte sud de l'État, près de la frontière avec le Mexique, c'est un port maritime commercial prospère abritant une grande base navale. Dîner libre.

Nuit à l'hôtel à San Diego.



Jour 3 : San Diego – Palm Springs (200 km / environ 2h40)

Le matin, **tour de ville panoramique de San Diego** avec les quartiers de Bazar del Mundo, Balboa Park et Gas Lamp, considéré comme le quartier historique de la ville.

Déjeuner.

L'après-midi, départ vers **Palm Springs**, une oasis désertique située dans la vallée de Coachella. Lieu de villégiature du showbiz et des grandes fortunes de Los Angeles, la ville est appréciée pour son climat agréable l'hiver et ses sources d'eau chaude. Elle se développa beaucoup après-guerre, selon une architecture novatrice qui mettait l'accent sur de grands espaces ouverts et un design minimaliste. Aujourd'hui, cette ville exclusive est à la fois une référence en matière d'art et d'architecture et un lieu festif très select.

Dîner libre. Nuit à l'hôtel.

En OPTION : ascension de 4 km au-dessus du désert de Palm Springs, à bord du téléphérique du Mont San Jacinto, pour arriver à plus de 2 800 m d'altitude. Vue époustouflante !



Jour 4 : Palm Springs – Joshua Park – Phoenix

(515 km / environ 5h30)

Départ pour la découverte du plus grand parc national de la Californie, **Joshua Tree**, magnifique réserve naturelle. Cactus, rochers géants et arbres de Josué partagent ces terres aux paysages variés avec des coyotes, des pumas ou des rats-kangourous. Le parc doit son nom au "Joshua tree", l'arbre de Josué, qui ne pousse que dans cette région du monde et vous donnera l'impression d'être sur une autre planète.

Déjeuner libre.

Poursuite vers **Phoenix**, située dans le désert de Sonora, au cœur de la Vallée du Soleil. Réputée pour son climat ensoleillé toute l'année, la ville est la capitale économique et politique de l'Arizona. Tour d'orientation de **Scottsdale** et découverte de son centre historique, typique de l'Ouest américain.

Dîner. Nuit à l'hôtel.



Jour 5 : Phoenix – Oak Creek Canyon – Grand Canyon – Flagstaff ou Tuba City (525 km / environ 6h)

Départ via Sedona et la **route panoramique d'Oak Creek Canyon**, l'un des huit paysages les plus pittoresques des États-Unis, vers le Grand Canyon en Arizona.

Déjeuner.

L'après-midi sera consacré à la découverte du **Grand Canyon**. Cette faille gigantesque, érodée depuis des millénaires par la tumultueuse rivière Colorado, est l'une des plus grandes merveilles du monde naturel. Le ravin s'étend sur près de 450 kilomètres, atteignant par endroits la profondeur maximale de 1 600 m, ce qui en fait la gorge la plus vaste du monde. Aucun film, aucune photo ne saurait retranscrire l'immensité de cet espace, pas plus que ses nuances multicolores qui varient en permanence au gré des heures. Arrêts à différents points de vue offrant des vues splendides sur le Colorado et le Painted Desert.

Dîner libre. Nuit à l'hôtel à Flagstaff ou Tuba City.

En OPTION : survol en hélico ou en avion.



Jour 6 : Flagstaff ou Tuba City – Lake Powell – Horseshoe Bend – Monument Valley – Chinle (485 km / environ 5h)

Arrêt panoramique sur le **lac Powell et le barrage de Glen Canyon**, un site majestueux où les couleurs se marient à merveille et où l'homme a, pour une fois, su mettre en valeur la nature qui l'entoure. Découverte à pied des falaises orangées et du fleuve vert émeraude qui coule 340 mètres plus bas, le **Horseshoe Bend**, un très beau méandre qui doit son nom à sa forme de fer à cheval. Puis traversée du Painted Desert vers le site naturel de **Monument Valley**, immortalisé dans de nombreux westerns et devenu emblématique de l'Ouest sauvage. Ses buttes rouges pouvant atteindre jusqu'à 300 mètres de haut, au sein d'un désert de sable ocre, laissent à chacun une impression inoubliable. Arrêt au Visitors Center, d'où l'on profite d'une vue panoramique sur la Vallée.

Déjeuner navajo typique.

Poursuite vers Chinle. Dîner libre. Nuit.

En OPTION : tour en 4 x 4 conduit par les Indiens, sur les pistes de sable rouge entre les immenses buttes. Vous serez alors plongés dans un décor fabuleux, digne de la plus pure tradition western.



Jour 7 : Chinle – Canyon de Chelly – Gallup – Albuquerque (440 km / environ 4h45)

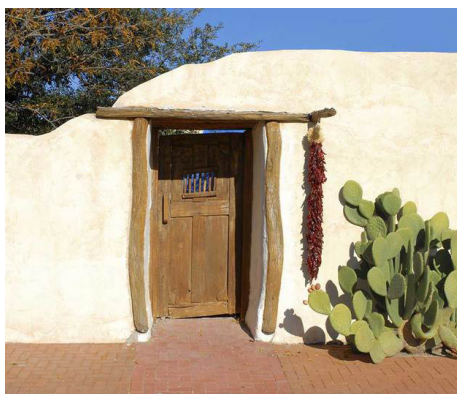
Le matin, court trajet pour le **Canyon de Chelly** situé en pleine réserve Navajo, un endroit sacré pour les Indiens. Il abrite un grand nombre de ruines indiennes retraçant 1 500 ans de présence humaine. Vous pourrez apercevoir, du haut du canyon, les champs ainsi que les habitations traditionnelles des Indiens, les hogans, qui sont des maisons circulaires faites de troncs et de poteaux.

Déjeuner libre.

L'après-midi, route à travers Window Rock, un village qui accueille le siège de la Navajo Reservation, et Gallup, située sur la mythique Route 66 dans l'État du Nouveau-Mexique. Poursuite vers **Albuquerque**, la plus grande ville de l'État. Tour d'orientation avec la vieille ville et Nob Hill, le long de la Route 66, qui vous séduira par ses bâtiments colorés, son ambiance rétro, ses boutiques et son street art assez loufoque.

Dîner et nuit.

En OPTION : descente au fond du canyon à bord de véhicules spéciaux.



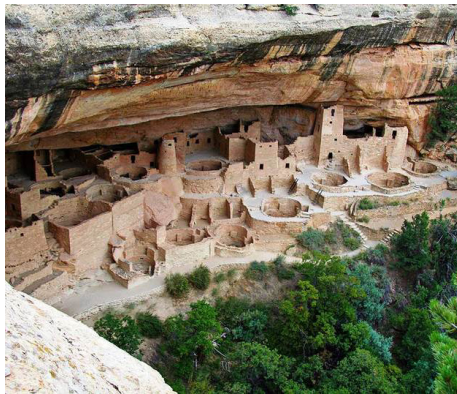
Jour 8 : Albuquerque – Santa Fe – Taos – Farmington (565 km / environ 6h15)

Départ vers **Santa Fe. Capitale du Nouveau-Mexique** et centre culturel du sud-Ouest, la ville est célèbre pour ses galeries d'art de classe mondiale, ses musées et son architecture. Tour d'orientation panoramique de la ville à partir de la Plaza, qui date de 1607. Puis route vers **Taos**, qui a su garder le charme d'un village avec sa petite place et ses maisons anciennes. Depuis près de deux siècles, elle attire des écrivains et des artistes, à l'image de l'actrice Julia Roberts.

Déjeuner libre.

Dans l'après-midi, visite du **Taos Pueblo** de la tribu Tiwa – sauf fermeture exceptionnelle pour célébrations religieuses ou autres événements communautaires –, ville indienne avec ses maisons à étages. Les Pueblos y vivent dans leur habitat traditionnel, occupés à leurs tâches quotidiennes. Route pour Farmington, une ville à l'histoire amérindienne riche.

Dîner et nuit.



Jour 9 : Farmington – Parc de Mesa Verde – Blanding

(310 km / environ 3h30)

Départ vers l'État du Colorado. Petit arrêt à **Durango**, ville qui a préservé son style d'autrefois avec ses constructions historiques datant de sa fondation dans les années 1880. Puis route vers le **Parc National de Mesa Verde**, présentant des habitations troglodytiques des Anasazi, ancêtres des Pueblos, qui furent parmi les premiers habitants venus d'Asie en Amérique. Près de 2 000 ans de culture indienne sont ainsi représentés dans ce parc. Les habitations caractéristiques situées dans les falaises sont parmi les plus importantes et les mieux conservées au monde.

Déjeuner libre.

Dans l'après-midi, route en direction de la région de Blanding.

Dîner et nuit.



Jour 10 : Blanding – Parc d'Arches – Parc de Capitol Reef –

Parc de Bryce Canyon (575 km / environ 6h15)

Départ pour une découverte du **Parc National d'Arches**, qui abrite la plus grande concentration d'arches de pierre du pays. Il est aussi l'un des parcs les plus spectaculaires de l'Utah, dont les paysages comptent parmi les plus étonnants de l'Ouest américain. Certaines arches sont naturellement façonnées telles des rubans délicats s'enroulant dans le ciel et replongeant dans le sol, tandis que d'autres forment des ouvertures taillées dans des montagnes rocheuses imposantes.

Déjeuner sous forme de pique-nique.

Dans l'après-midi, retour sur la route pour la traversée du **Parc National de Capitol Reef**, l'un des secrets les mieux gardés de l'Utah. Monolithes et aiguilles dénudées se dressent ici au cœur d'espaces semi-désertiques. Poursuite de l'itinéraire vers la région de Bryce Canyon. Dîner libre. Nuit à l'hôtel.



Jour 11 : Parc de Bryce Canyon – Las Vegas (395 km / environ 4h30)

Visite de **Bryce Canyon**, considéré comme le plus beau parc de l'Ouest américain, qui vous fera découvrir de larges amphithéâtres où s'enchevêtrent des pierres sculptées s'élevant vers le ciel. Le vent et l'eau ont érodé ce magnifique paysage, donnant lieu à des formes originales : châteaux, tours, ailerons et autres étranges créatures...

Déjeuner.

Départ vers Las Vegas, une ville aux allures d'immense parc d'attractions. Cette cité de la démesure, où l'argent procure tous les plaisirs, invite également à un petit tour du monde avec un sphinx égyptien flambant neuf, une tour Eiffel et même, en arrière-plan, un palais vénitien... Une expérience inouïe sans laquelle vous ne pourrez prétendre comprendre vraiment l'Amérique.

Dîner libre. Nuit dans le centre de Las Vegas.

En OPTION : tour de nuit de Las Vegas.



Jour 12 : Las Vegas – Désert de Mojave – Ville fantôme de

Calico – Fresno (650 km / environ 8h15)

Départ pour la traversée du désert de Mojave, terres des cowboys et des Indiens. Fréquenté par des aventuriers et des chercheurs d'or dans les années 1870, ce désert a souvent servi de décor à des tournages. Arrêt à **Calico**, authentique ville de mineurs aujourd'hui restaurée, fondée au 19^e siècle à la suite de la découverte d'argent dans la montagne. Avec ses maisons en bois, ses saloons, son école, son église et même sa prison et son bureau du shérif, son décor vous rappellera les plus grands westerns !

Déjeuner libre.

Petit arrêt shopping dans un centre outlet à Barstow avant de reprendre la route en direction de Fresno, située dans la vallée irriguée de San Joaquin, l'une des plus riches régions agricoles du pays.

Dîner. Nuit.



Jour 13 : Fresno – San Francisco (300 km / environ 3h30)

Départ vers San Francisco, métropole à taille humaine, qui ne ressemble à aucune autre ville américaine.

Déjeuner typique à Chinatown, la plus grande ville chinoise construite en dehors de Chine. Visite de la ville : Downtown, Union Square, Nob Hill et Russian Hill, les **demeures en bois victoriennes** du 19^e siècle des quartiers résidentiels de la ville, Twin Peaks et sa vue extraordinaire sur la ville, le Golden Gate Park, le légendaire **Golden Gate Bridge**, Fisherman's Wharf, la fameuse **rue Lombard** avec son incroyable sinuosité ou encore son fameux Cable Car, un tram pittoresque qui se meut au moyen d'un système de câbles.

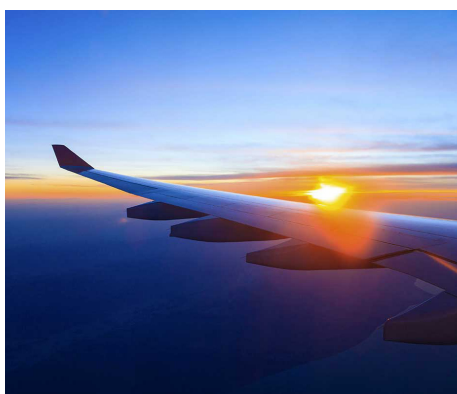
Dîner libre. Nuit dans la région de San Francisco.

En OPTION : tour de la ville de nuit.



Jour 14 : San Francisco – Paris

Temps libre et déjeuner libre. Transfert à l'aéroport de San Francisco. Envol pour Paris.



Jour 15 : Arrivée à Paris

À noter : Ce circuit regroupe des voyageurs d'autres agences francophones.

INFORMATIONS PARTICULIÈRES

REPAS

Demi-pension avec 12 repas inclus.

VOLS D'ARRIVÉE ET DE DÉPART

Pour ceux qui réservent d'autres vols que ceux prévus par Nouvelles Frontières : pas de contraintes d'horaires d'arrivée et de départ.

Notez que ce circuit regroupe des voyageurs d'autres agences francophones.

VOS HÉBERGEMENTS

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit.

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie. La classification des établissements ci-dessous est basée sur les normes locales :

Los Angeles : Saddleback Norwalk 2/3*

San Diego : Mission Bay 2/3*

Palm Springs : Best Western Inn 2/3*

Phoenix : Best Western North 2/3*

Tuba City : Quality Inn 2/3*

Chinle : Best Western 2/3*

Albuquerque : La Quinta Inn Northeast 2/3*

Farmington : La Quinta Inn 2/3*

Blanding : Arch Canyon Inn 2/3*

Bryce : Bryce View Lodge 2/3*

Las Vegas : Circus Circus Hôtel & Casino 2/3*

Fresno : Days Inn 2/3*

San Francisco : Focus 2/3*

Hôtels :

Pratiquement tous les hôtels de ce circuit sont dotés d'une piscine.

Dans la plupart des établissements, l'enregistrement s'effectue à partir de 15 h 00.

Les chambres pour 3 et 4 personnes sont généralement équipées de 2 lits de 2 places.

La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ.

OPTIONS À RÉSERVER SUR PLACE

TARIFS INDICATIFS 2024 (sujets à modification)

Survол en hélicoptère de Grand Canyon (environ 25 minutes) : 269 \$US/personne

Tour en 4 x 4 à Monument Valley avec déjeuner Navajo : 65 \$US/personne

Tour guidé "Las Vegas by night" : 65 \$US/personne

Surprise à San Francisco (1h de limousine avec un verre de mousseux) : 65 \$US/personne



États-Unis

FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

- **Passeport biométrique** valide couvrant la totalité du séjour programmé et billet aller-retour.
- **ESTA** (exemption de visa VWP) **ou visa obligatoire, en transit comme en séjour touristique** de 90 jours maximum sur le territoire américain.

La demande d'ESTA se fait obligatoirement par Internet : <https://esta.cbp.dhs.gov/> (21 \$US à ce jour), **au moins 72 heures avant le départ**. L'ESTA est valable 2 ans à compter de la date de délivrance, mais sa demande doit être renouvelée en cas de changement de situation (nom, prénom, sexe, nationalité, réponses différentes aux questions posées, etc.), ou de nouveau passeport. Pour tout nouveau voyage pendant la période de validité de l'autorisation, il conviendra de mettre à jour, via Internet, certaines informations du dossier ESTA (numéro de vol et adresse de destination) et de voyager avec le passeport déclaré sur le formulaire ESTA.

Le formulaire ESTA devra être imprimé, avec la mention "autorisation accordée", et présenté à l'enregistrement.

ATTENTION, certaines catégories de voyageurs sont exclus du VWP :

- les voyageurs qui se sont rendus à Cuba depuis le 12 janvier 2021 ou qui désirent y voyager avant un séjour aux États-Unis ;
- les voyageurs qui se sont rendus en Iran, en Irak, en Syrie, en Libye, en Somalie, au Yémen ou au Soudan depuis le 1^{er} mars 2011 (ces derniers ne peuvent pas bénéficier du régime de l'ESTA et doivent obligatoirement faire une demande de visa auprès d'un consulat américain avant d'entreprendre un voyage aux États-Unis).

ATTENTION : Compte tenu des délais de délivrance, il est recommandé d'**anticiper ces démarches** qui peuvent prendre plusieurs semaines. Les personnes concernées doivent solliciter un visa B1/B2 auprès des autorités diplomatiques et consulaires américaines.

ATTENTION : Billets d'avion, ESTA et passeport doivent tous être au **même nom (nom de jeune fille pour les femmes mariées)**.

ATTENTION : En cas de **passage terrestre du Canada vers les États-Unis**, il est obligatoire de présenter l'ESTA ainsi que le formulaire en ligne I-94 : <https://i94.cbp.dhs.gov/i94/#/apply-document> (le formulaire papier I94W n'est plus accepté). Des frais de 6 \$US sont également dûs.

ATTENTION : En cas de **passage terrestre des États-Unis vers le Mexique**, de même que pour l'entrée par voie aérienne, un formulaire migratoire doit être rempli et présenté aux services migratoires lors du passage de la frontière terrestre. Ce formulaire permettant de passer les postes-frontières avec les États-Unis (Basse-Californie, Sonora, Chihuahua, Coahuila, Nuevo León et Tamaulipas) peut aussi être obtenu en ligne. Il donne lieu au paiement d'une taxe d'un montant actuel de 575 pesos mexicains.

- Il est vivement recommandé de disposer d'un **contrat d'assistance** ou d'une **assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux** (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
- Nous vous recommandons de vous munir d'une copie papier recto-verso de vos certificats et formulaires ou de numériser ceux-ci sur votre propre adresse électronique.

- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire. La réglementation impose au moins un adulte de 21 ans dans chaque chambre.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

Depuis le 12 mai 2023, il n'est plus nécessaire de présenter un certificat de vaccination ou un test de dépistage à l'arrivée aux frontières américaines.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires.

Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS GENERALES

ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT

Un guide local francophone vous accompagne tout au long de votre voyage.

TRANSPORT

Transport par bus ou minibus climatisé selon la taille du groupe.

Aux États-Unis, les bus n'ont qu'une porte à l'avant (il n'existe pas de bus avec 2 portes).

Pour des raisons de sécurité (risque de chutes) il est déconseillé de se servir des toilettes pendant que le car se déplace. C'est pourquoi, les guides prévoient des arrêts fréquents.

LES POURBOIRES

Dans la culture américaine les pourboires sont la juste rétribution du service et de la satisfaction du client. Ils doivent être donnés en signe de remerciement et restent à votre libre appréciation, mais ne doivent cependant pas être négligés.

Votre guide s'attend à recevoir un pourboire à hauteur de 5 à 6\$/ jour/ personne. Quant au **chauffeur** : 4 à 5\$ jour/ personne.

Pour les **serveurs** dans les restaurants le pourboire, que l'on appelle tip ou encore gratuity, constitue la rémunération principale. Ils s'attendent à recevoir 15 à 20% pour le service, qui n'est généralement pas inclus dans les additions ou factures. Si vous payez par carte de crédit, remplissez vous-même la case « tips » pour indiquer le pourboire qui sera ajouté à votre addition. N'oubliez pas aussi les pourboires pour les taxis ou bagagistes.

HEBERGEMENTS

Les hôtels sont généralement situés en périphérie des villes sauf mention contraire.

Vous serez logés en hôtels / motels standards de catégorie 2/3* (normes locales) selon les étapes.

Les chambres triples et quadruples sont équipées de 2 grands lits de +/-140 cm pouvant accueillir 2 adultes chacun.

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires et de même catégorie que ceux cités dans le programme détaillé.

La liste définitive des hôtels est disponible, pour les circuits accompagnés auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ (sur le site Tui "espace Pro", dans les INFOS VENTES / "circuits accompagnés" / liste hôtels circuits : <https://www.espacepro.to/Salesinformation.aspx>).

LA GASTRONOMIE :

La « gastronomie » américaine est assez limitée. Le restaurant standard aux Etats-Unis, sert snacks, burgers et pizzas. Cependant, des repas, sous forme de buffet, vous sont proposés afin de vous offrir un choix de plats plus variés (légumes, steaks, pâtes, crudités...). La plupart des hôtels aux Etats Unis n'ont pas de restaurant et parfois l'espace dédié aux petits déjeuners est assez restreint.

PRISES ELECTRIQUES :

Prévoir un adaptateur pour prises US 110 volts (2 fiches plates).

RECOMMANDATIONS :

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur
- Emportez une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les sur une plateforme de type Google Drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur.
- Ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus ou un restaurant. Chaque fois que cela est possible, placez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne sauraient être tenus pour responsables des conséquences de tels vols ou pertes.

BOUCLEZ SA VALISE

Bagages

Prévoyez de préférence une valise à roulettes, de préférence dure car elle sera relativement maltraitée dans les diverses soutes (avion, bus...). Il est important que la valise ferme à clef et qu'elle comporte vos noms et adresse sur une étiquette extérieure. Prévoyez un petit sac d'appoint pour vos effets personnels de la journée

Interdiction d'entrer aux Etats-Unis des produits périssables non stérilisés dans les bagages.

Viande, fromages, produits végétaux, articles considérés comme dangereux sont strictement interdits à l'importation.

Chaussures

Une paire de chaussure de promenade (ou baskets) sont les plus adaptées.

Vêtements

Prévoyez des vêtements confortables, faciles à mettre et à enlever, pour superposer les « couches » afin de s'adapter à la température extérieure ou à la climatisation excessive. Une protection solaire est également conseillée : chapeau, lunette de soleil et crème solaire.

Pharmacie

Consultez votre médecin pour préparer une mini-trousse de secours. Pour les médicaments sous forme liquide de plus de 100^{ml} (d'un même médicament) il faut le déclarer lors de l'embarquement avec les documents justificatifs expliquant qu'il vous est impossible de faire autrement. Prenez les ordonnances avec vous.